

2022年 11月号 あいポートだより

板橋区発達障がい者支援センター あいポート

隔月発行 広報誌 Vol.13

HP <https://i-port.cocorone.space>

文化の力

最近では世界的に発達障害の登場人物が活躍する映像作品が増えています。NHKで放映されたフランス版ミステリー「アストリッドとラファエル文書系の事件録」。文書系のアストリッドは自閉症で抜群の記憶力と洞察力があり繊細です。警視のラファエルは有能で猪突猛進です。真逆なキャラですが、事件解決に取り組む熱意は共通で、助け合いながら謎を解明します。誰にでも得手不得手があり、人間の関係性は相互的であることが、事件の解決に結びついているのです。韓国のドラマ「ウ・ヨンウ弁護士は天才肌」も自閉症の弁護士が主人公です。イルカ好きで、海苔巻きしか食べない、部屋に入るときは3つ数える、特性はそのままに、社会人として成長する物語です。

演劇部の講師、青年劇場の岡本さんが出演する「豚と真珠湾」を観劇しました。戦後まもない八重山諸島、石垣島の物語です。舞台の背景に沖縄、八重山諸島の地図が描かれて、日本本土よりも台湾に近いことがよくわかります。国境がない時代には、近い者同士、文化も言語も、混じりあって生活していたことについて、考えさせられました。セリフのイントネーションが沖縄の方言なので、よく内容は聞き取れないのに、何となく琉球諸島の空気に飲まれて感動しました。ということで、

「自閉症は津軽弁を話さない・自閉症スペクトラムのこぼの謎を読み解く」（松本敏治・角川ソフィア文庫）をお勧めします。「自閉症は津軽弁を話さない」という津軽人の現場職である妻の一言に、福岡人の研究者の夫が反論して夫婦喧嘩に。そのことをきっかけに、現場の人の経験知や感覚を大事にして、とことん調査、研究を続けた「自閉症と方言」というか、言葉を用いる人を理解するための謎解き本です。

知らない世界を知ること、人間の不可解について謙虚に深く、考えることができるのは、文化の力かもしれません。

センター長 小山伸子

講演会のご案内

【テーマ】「障害者就労について考える～多様な“壁”を取り払う～」

※会場参加・オンライン参加どちらでも参加が可能なハイブリッド研修となります。

【日時】2022年11月23日（水・祝）14:00～16:00（あいポートのプログラム、相談はお休みです）

【講師】朝日雅也氏／埼玉県立大学保健医療福祉学部 教授

【内容】障害者就労の制度や支援の基本情報と、発達障がい者が障害者就労を選ぶ場合の現状と課題についてお話いただきます。

【参加方法】会場参加、もしくはオンライン参加（Zoom）視聴をお選びいただけます。

○オンライン参加はこちらから

○会場参加はこちらから

○ 会場参加 ○

- ・定員：40名程度（先着順）
- ・会場：あいポート
（板橋区向原3-7-9ココロネ板橋1階）
- ・お電話でお申し込みください。
Tel:03-5964-5422
- お申し込みの際、「ご所属」「お名前」「お電話番号」をお知らせください。

○ オンライン（Zoom）参加 ○

- ・定員100名まで（先着順）
- 右のQRコードよりお申し込みください。



※その他あいポートHPのお知らせページよりお申込みいただけます。
※QRコードやあいポートHPからの申し込みが難しい場合はメールでお申し込みください。

メールアドレス：「info_i-port@cocorone.space」
件名：講演会「障害者就労について考える」オンライン参加申し込み
本文：「氏名」「ご所属」「電話番号」「質問（あれば簡潔に）」をご記載下さい。

◆参加申し込み方法◆ 申し込み開始は会場参加、オンライン参加のいずれも、10/22（土）からになります。



あいポート講演会 動画配信のお知らせ①

「強度行動障害と理解しにくい言動について」

あいポート主催で行った支援者研修を動画で配信いたします。強度行動障害の基本的な理解と支援について実践事例(映像あり)を交えながら学ぶことができる講義となっています。



■配信期間:2022年9月1日~2023年3月31日まで(予定)

■講師:新井豊吉氏(東京家政大学子ども学部特任教授)

■講師プロフィール:東京学芸大学大学院教育学研究科障害児教育専攻修了。特別支援学校に長く勤務した後、福井大学大学院教育学研究科准教授や文京学院大学大学院非常勤講師、港区児童相談所保護係心理療法専門などを歴任。現在は東京家政大学特任教授としてご活躍中。

■申込み方法:(①~③のいずれかでお申し込みください)

申込み
QRコード



①右のQRコードを読み込み、お申し込みください。

②当センターのホームページの「お知らせ」→本講座のページにあるリンク「URL」よりお申し込みください。

③「info_i-port@cocorone.space」(講演会申込み専用)にメール送信。件名に「研修動画希望/強度行動障害と理解しにくい言動について」、本文に氏名、ご所属、連絡先をご記載下さい。

あいポート講演会 動画配信のお知らせ②

「発達障がいと医療について」

あいポートの家族学習会で行った講演を録画した動画を配信いたします。発達障がいの医療に関する最新情報、服薬の事に加えて、制度や発達障害の方への支援など発達障害支援に関する内容を幅広く学ぶことができる講義となっています。

■配信期間:2022年9月1日~2023年3月31日まで(予定)

■講師:米山明氏(全国療育相談センター副センター長/小児科・精神科医師)

■講師プロフィール:心身障害児総合医療療育センター外来療育部長、板橋区子ども発達支援センター所長を歴任。現在、全国療育相談センター副センター長としてご活躍中。

■申込み方法:(①~③のいずれかでお申し込みください)

申込み
QRコード



①右のQRコードを読み込み、お申し込みください。

②当センターのホームページの「お知らせ」→本講座のページにあるリンク「URL」よりお申し込みください。

③「info_i-port@cocorone.space」(講演会申込み専用)にメール送信。

件名に「研修動画希望/発達障がいと医療について」、本文に氏名、ご所属(あれば)、連絡先をご記載下さい。

家族学習会のお知らせと報告

◆ 報 告 ◆

◎第3回 家族学習会:テーマ「子どもと向き合うコミュニケーションの力」

今回の家族学習会は SST 普及協会認定講師の清水先生を講師としてお招きし、「子どもと向き合うコミュニケーションの力」というテーマをもとにワークショップ形式で学習会を行いました。あいポートのプログラムでもある SST を保護者の皆様も体験いただく機会ともなりました。また IJ の会会長の鈴木様より海外の自閉症支援の情報をお話いただきました。今後も家族学習会を予定しておりますので、ご興味がある方はぜひご参加ください。

◆ お知らせ ◆

第4回 家族学習会:

テーマ「楽しくコミュニケーションの力をつける」

※ 交流会があります。

日時:2022年10月29日(土)

14:00~16:00(13:30受付開始)

講師:岡本有紀氏(青年劇場 ※あいポートプログラムの演劇部講師)

第5回 家族学習会:

テーマ「親離れ・子離れ~地域での自立生活~」

※ 体験談があります

日時:2022年11月26日(土)

14:00~16:00(13:30受付開始)

講師:内海康範氏(マーレ相談支援事業所)

IJの会の会員1名

あいポートを利用するご家族とIJの会会員ができます。

申込みはこちらまで⇒電話番号:03-5964-5422(火曜~土曜 10:00~17:00)

～発達障がいの理解を深める～

メンバー情報交換会

◆過去のテーマと意見や感想◆

8/6(土)【生きやすくするための習慣】

- ・決まったルーティンをこなすと安心する。
- ・当事者会に参加したり、いろんな人と交流する。
- ・誰かと比較しない。 ・一日一回は外に出る。
- ・自然を見に行く。 ・夜ブランコに乗る。
- ・絵を描く。 ・イヤマフをする。
- ・家族以外の人と話をする。
- ・誰かに否定されたときは砂利とかを見て“こんなやつでもいいんだ”と思うようにする。

9/3(土)【マルチタスクに関する苦労やおすすめツール】

- ・趣味はスプレッドシートで仲間と共有したりしている。
- ・Macの付箋機能(スティッキーズ)を活用。色分けして重要度を把握している。マイクロソフトワノートというアプリもよく使っている。
- ・自宅ではアプリでタイマー設定ができる照明を買って、調光で時間がわかるようにしている。(何かに集中していても電気が消えると”〇時だ”とわかる)

◆お知らせ◆

11/5(土)【感覚過敏など感覚の偏りに関する苦労や工夫】

人の話し声や車の音が気になって、目の前のことに集中できない。「光」の刺激が痛い。体内の感覚過敏。逆に、疲れや空腹感に気づけないなど、感覚の偏りに関する困りごとや対処法を共有します。

12/3(土)【障害者手帳の活用法と取得してからの変化】

日常生活での活用法、手帳を取ろうと思ったきっかけや、手帳を取得して変わったことについて意見交換します。すでに手帳をもっている方だけでなく、これから取得を考えている方の参加もお待ちしております。

◆メンバー情報交換会とは…◆

大人になってから診断を受けた方や、今まで発達障がいについて話す機会がなかった方など、発達障がいに関する情報を十分に得られる機会のなかった方同士が情報交換をする場です。



利用者学習会報告

9/3に利用者学習会「発達障がいに関する座談会」を実施しました。新井豊吉先生(東京家政大学特任教授)にお越しいただき、参加者からの様々な疑問に答えていただきました。その中からいくつかご紹介します。

Q.不注意が多く仕事でミスしてしまい仕事が続かない。特性が治ればいいのかと思っている。どんな仕事に向いているのかと考えている。

新井先生よりコメント 注意して取り組んでミスを減らすことはできるが、ものすごく疲れてしまう。自然にやると間違える。努力をすれば行動は変えられるけれど、特性は変わらない。やりたいことや向いている仕事を探すより、自分の特性から向いていない仕事を考えて選択肢から外すことから始めてみては。自分にとって生きやすい仕事を探していってほしいです。

Q.空気が読めない。周りができているのになんで自分はできないんだろうと思う。言わなくていいことを言って失敗してきたので他人が怖いと思ってしまう。

新井先生よりコメント あなたのままで十分。健常者が生きやすいわけではないし、多数派に合わせる必要はない。安心して話せる人が1人でもいればいい。ありのままにいたることが大事だと思います。



一人暮らし座談会報告

いつかは一人暮らしがしたいなと思っている方と、実際に一人暮らしをしている方を交えて、細かいところまで食い込んだ座談会をすることができました。

内容は、みなさんが共通して気になっている、掃除や洗濯、食事などの工夫から、一人の時の不安の対処法まで、様々な話題が上がりました。

例えば食事については、板橋区で安くておいしいお店などの地域のおススメ情報、特性からくる落とし物や無くしものした時は、スマートロック(GPS機能付き)などを使うといったアイデアも満載で、自分ができそうなことをメモしながら熱心に聞き入っていました。

特に、皆さんの興味をひいたことは、金銭管理の方法にデビットカードで対応していること。使うたびに、メールで知らせてくれるから、残高がわかりやすいと、時代を感じさせるコメントでした。また、家計簿のアプリもあるので、自分が使いやすいものを見つけるのがいいのではないかとアドバイスもありました。

一人暮らしをしたい皆さんの『いつかは…』が実現できるようなイメージが、また一歩進んだ座談会となりました。

～ 利用者の声 ～

あいポートを利用してよかったことを聞いてみました。

社会人になってからはなかなかできない演劇やアート、
気軽な交流やコミュニケーションができて良かった。

多数の講師が来てくれ、これから就労する上
での幅広い学びを得られたのが良かった。

フリースクールしか行ける場所がなかったけ
ど、持続して行ける場所が増えてよかった。

外に出るのが苦手だけどここ
には来られて楽しめている。

布コラージュとか作品を通して
人と話すきっかけができた。



3D デザイン自主勉強会

作品紹介

〈重ね付けのブレスレット〉

～製作者うさんコメント～

金属部分の捻りがきれいに見えるよう
に、捻りの数とブレスレットの直径を調節
しました。

外側が目立つように内側はシンプルに別
の素材で作成しました。

夏のアクセサリを参考に涼し気な金属
と透明感のある素材にしました。

※夏に制作した作品。白黒印刷のため
素材感はわかりにくくなっています。



Twitter 始めました
@i_port_itabashi



板橋区発達障がい者支援センターあいポートの公式
アカウントです。イベントや講演会などの情報をお知らせ
する発信専用のアカウントになります。

←Twitter への QR コード

※ダイレクトメッセージやコメントへの対応はしていません。



板橋区発達障がい者支援センターあいポート
〒173-0036 板橋区向原3-7-9 ココロネ板橋1階
開所時間:火曜～土曜 10時～18時
☎相談受付電話 03-5964-5422 (祝日を除く 火曜～土曜 10時～17時)

あいポートHP
への QR コード→



あいポート 11月プログラムカレンダー

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
	1 ・火曜グループワーク※① 14:00～15:30	2 ・水曜グループワーク 10:15～11:45 ・3D自主勉強会 14:00～16:00	3 祝・休	4 ・金曜グループワーク※② 10:15～11:45 ・アロマ教室 13:00～14:30 ・身体楽々パーソナルトレーニング※④	5 ・パソコン教室 10:00～11:30 ・音楽の時間 14:00～15:00 ・メンバー情報交換会 14:00～15:30	6 休
7	8 ・火曜グループワーク※① 14:00～15:30	9 ・水曜グループワーク 10:15～11:45 ・3D自主勉強会 14:00～16:00	10 ・パソコン教室 10:00～11:30 ・木曜グループワーク 14:00～15:30	11 ・金曜グループワーク※② 10:15～11:45	12 ・身体楽々グループ活動 10:30～11:30 ・演劇部 14:00～16:00 ・3D自主勉強会 14:00～16:00 ・身体楽々パーソナルトレーニング※④	13 休
14	15 ・火曜グループワーク※① 14:00～15:30	16 ・水曜グループワーク 10:15～11:45 ・3D自主勉強会 14:00～16:00	17 ・木曜グループワーク 14:00～15:30	18 ・金曜グループワーク※② 10:15～11:45 ・音楽の時間(ワークス合同) 13:30～14:30 ・アートの時間 14:00～15:30 ・身体楽々パーソナルトレーニング※④	19 ・パソコン教室 10:00～11:30 ・土曜クラブ 14:00～16:00	20 休
21	22 ・火曜グループワーク※① 14:00～15:30	23 祝日・休館日 ・講演会※⑤ 「障害者就労 について考える」 14:00～16:00	24 ・パソコン教室 10:00～11:30 ・木曜グループワーク 14:00～15:30	25 ・金曜グループワーク※② 10:15～11:45 ・布コラージュアート 14:00～15:30 ・身体楽々パーソナルトレーニング※④	26 ・3D自主勉強会 14:00～16:00 ・家族学習会※③ 14:00～16:00 ・身体楽々パーソナルトレーニング※④	27 休
28	29 ・火曜グループワーク※① 14:00～15:30	30 ・水曜グループワーク 10:15～11:45 ・3D自主勉強会 14:00～16:00				

※① 火曜午後のグループワークは少人数制のグループです。

※② 金曜午前のグループワークは、就労準備を目的としたグループです。

※③ あいポート利用者の家族とIJの会会員が対象です。

※④ 身体楽々パーソナルトレーニングは個別予約制です。10:30～16:30の間で1人約50分の枠です。

※⑤ あいポートは開所いたしません。講演会に参加される方は直接会場にお越しください。

あいポート 12月プログラムカレンダー

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
			1 ・木曜グループワーク 14:00~15:30	2 ・金曜グループワーク※② 10:15~11:45 ・アロマ教室 13:00~14:30 ・身体楽マパーソナルトレーニング※③	3 ・パソコン教室 10:00~11:30 ・音楽の時間 14:00~15:00 ・メンバー情報交換会 14:00~15:30	4 休
5 休	6 ・火曜グループワーク※① 14:00~15:30	7 ・水曜グループワーク 10:15~11:45 ・3D自主勉強会 14:00~16:00	8 ・パソコン教室 10:00~11:30 ・木曜グループワーク 14:00~15:30	9 ・金曜グループワーク※② 10:15~11:45	10 ・身体楽マグループ活動 10:30~11:30 ・演劇部 14:00~16:00 ・3D自主勉強会 14:00~16:00 ・身体楽マパーソナルトレーニング※③	11 休
12 休	13 ・火曜グループワーク※① 14:00~15:30	14 ・水曜グループワーク 10:15~11:45 ・3D自主勉強会 14:00~16:00	15 ・木曜グループワーク 14:00~15:30	16 ・金曜グループワーク※② 10:15~11:45 ・音楽の時間(ワークス合同) 13:30~14:30 ・アートの時間 14:00~15:30 ・身体楽マパーソナルトレーニング※③	17 ・パソコン教室 10:00~11:30 ・土曜クラブ 14:00~16:00	18 休
19 休	20 ・火曜グループワーク※① 14:00~15:30	21 ・水曜グループワーク 10:15~11:45 ・3D自主勉強会 14:00~16:00	22 ・パソコン教室 10:00~11:30 ・木曜グループワーク 14:00~15:30	23 ・金曜グループワーク※② 10:15~11:45 ・布コラージュアート 14:00~15:30 ・身体楽マパーソナルトレーニング※③	24 ・SST 14:00~16:00 ・3D自主勉強会 14:00~16:00 ・身体楽マパーソナルトレーニング※③	25 休
26 休	27 ・火曜グループワーク※① 14:00~15:30	28 ・水曜グループワーク 10:15~11:45 ・3D自主勉強会 14:00~16:00	29 休 (~1/3)	30 休 (~1/3)	31 休 (~1/3)	

※① 火曜午後のグループワークは少人数制のグループです。

※② 金曜午前のグループワークは、就労準備を目的としたグループです。

※③ 身体楽マパーソナルトレーニングは個別予約制です。10:30~16:30の間で1人約50分の枠です。